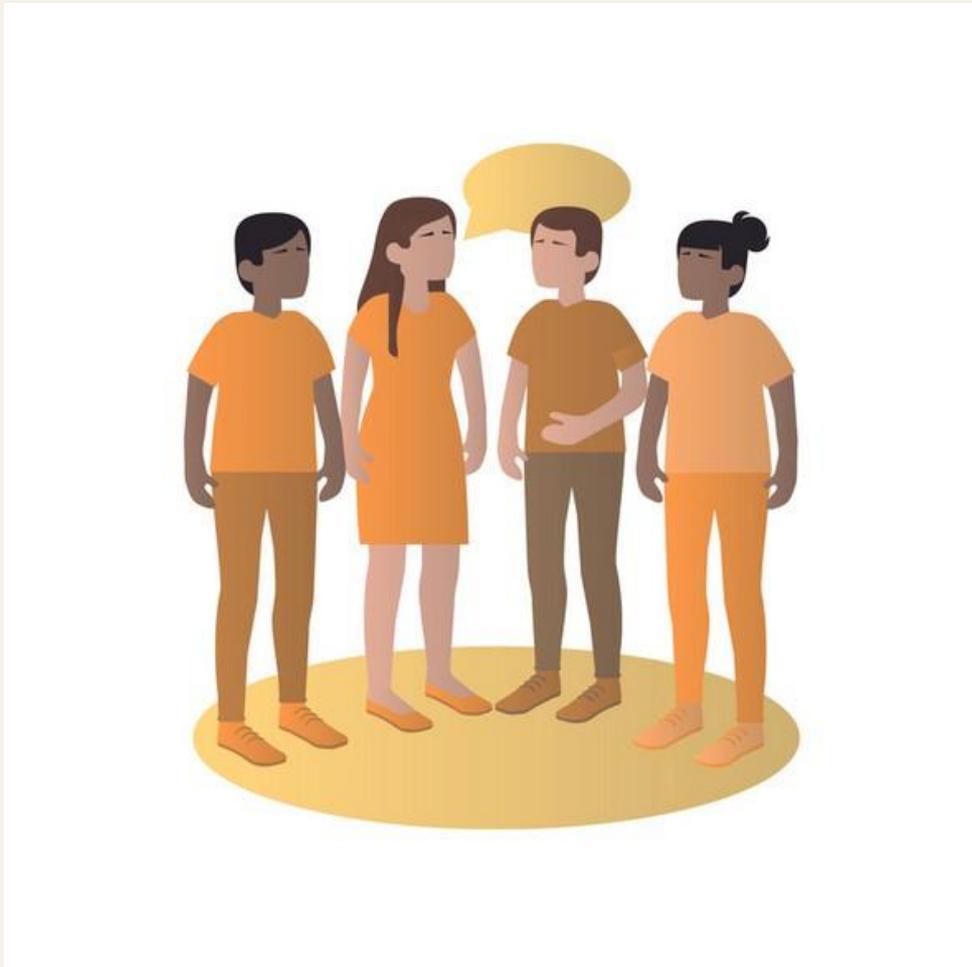


# GUÍA DE ACOGIDA

## A PACIENTES Y FAMILIARES DEL SERVICIO DE SALUD MENTAL DE CASTILLA LA MANCHA



Lectura fácil

---

# Guía de Acogida

a pacientes y familiares  
del Servicio de Salud Mental  
de Castilla-La Mancha

Organiza e impulsa:



Colaboran:



Adaptado a lectura fácil por:



# ÍNDICE

**1**

PRESENTACIÓN ..... 4

**2**

DERECHOS Y DEBERES ..... 5, 6, 7, 8

**3**

OBJETIVOS TERAPÉUTICOS .... 9, 10, 11

**4**

HORARIOS ..... 12

**5**

FUNCIONAMIENTO ..... 13

**6**

EL PAPEL DE LAS FAMILIAS ..... 14, 15

**7**

AUTORIZACIONES DE SALIDA ..... 16

**8**

CONTACTO ..... 17



# 1. PRESENTACIÓN

Bienvenido al Área de **Salud Mental**.  
Queremos **cuidarte bien**  
y según lo que necesites.  
Sabemos que venir aquí  
puede ser difícil.

Trabajaremos **contigo y tu familia**  
para que te sientas lo mejor posible.

**Hablar y confiar** es **clave** para  
recuperarte rápido.

Con la **ayuda de todas y todos**,  
**buscaremos tu bienestar**.  
Nuestro equipo de Salud Mental  
responderá tus dudas.

Esta **Guía de Acogida** te ayudará con  
tus **preguntas y preocupaciones**.

También te explicaremos cómo  
puedes ayudar en tu recuperación.



## 2. DERECHOS Y DEBERES

**La Ley sobre Derechos y Deberes de Salud de Castilla-La Mancha te protege.**

Estos son algunos **derechos importantes**:

### **Intimidad:**

Tu imagen, datos personales y tu información de salud están seguros.

### **Decisión sobre consejos morales:**

Puedes aceptar o no aceptar consejos morales.

### **Respeto a tus decisiones:**

Tus decisiones y opiniones son importantes.

Serán respetadas siempre que no vayan en contra de buenas prácticas médicas, derechos de otros, o la ley.

### **Intimidad.**

Espacio privado de la vida de una persona que hay que respetar.

### **Moral.**

Son las normas sobre lo bueno y lo malo que tiene una persona o que tiene la sociedad.



## 2. DERECHOS Y DEBERES

### **Información Clara y Accesible:**

Tienes derecho a información comprensible sobre tu asistencia médica.

### **Privacidad de Información:**

Solo compartiremos tu información con tu permiso.

Dinos a quién podemos informar.



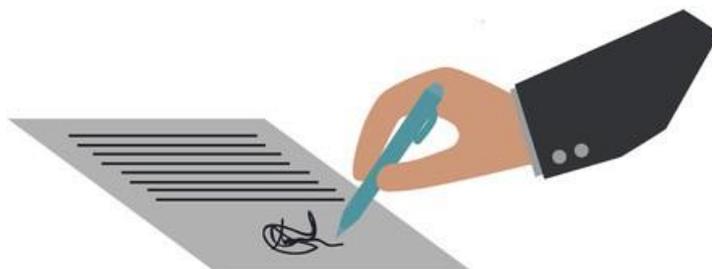
### **Consentimiento Informado:**

Te informaremos sobre pruebas, tratamientos o intervenciones con riesgos.

Siempre pediremos tu permiso para realizarlas.

#### **Consentimiento informado.**

El paciente recibe toda la información sobre su tratamiento y tiene que decir que está de acuerdo.



## 2. DERECHOS Y DEBERES

### **Representación para Consentimiento:**

Un familiar o persona cercana puede darte el **consentimiento informado**.

### **Beneficio del Paciente:**

Las decisiones se tomarán buscando tu beneficio.

### **Derecho a Rechazar Tratamiento:**

Puedes negarte a un tratamiento. El personal sanitario te ofrecerá otras opciones.

### **Acompañamiento para Dependientes y Menores:**

Las personas dependientes o menores pueden pedir que alguien los acompañe, si no interfiere con la atención.

### **Elección de Centro y Profesional:**

Puedes pedir ser atendida o atendido en otro centro o por otra u otra/o profesional.



## 2. DERECHOS Y DEBERES

### **Segunda Opinión Médica:**

Tienes derecho a pedir la opinión de otra médica u otro médico.

### **Acceso a tu Historia Clínica:**

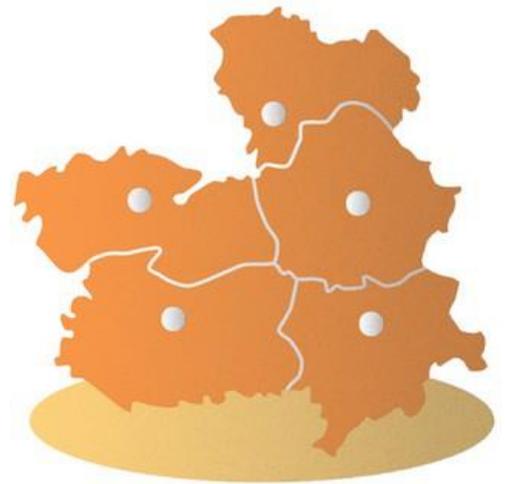
Puedes ver tu historia clínica según la ley.

### **Calidad de Atención:**

Tu derecho más importante es recibir buena atención. Nos comprometemos a darte una respuesta clara, efectiva y afectiva adaptada a tus necesidades.

### **Respeto Mutuo:**

Te pedimos respetar a todas las personas: pacientes, familiares y profesionales, así como a las instalaciones del centro. La colaboración mejora el Sistema Sanitario de Castilla-La Mancha.



# 3. OBJETIVOS TERAPÉUTICOS

Nuestro **objetivo en la terapia** es ayudarte a mejorar.

Queremos que:

- **Te recuperes pronto.**
- **Vuelvas a tu vida social rápidamente.**
- **Que te desarrolles como persona.**

## 1. En la Terapia Farmacológica hacemos lo siguiente:

### La medicación es importante:

Te daremos medicación de forma controlada y adecuada para tu enfermedad.

### Seguimiento y Ajuste:

Tu **médica o médico** revisará cómo te sientes con la medicación y ajustará según lo necesites.

### Paciencia en el Tratamiento:

Puede tomar tiempo sentirte mejor. Aunque notes mejoría, es importante continuar la medicación.

**Psicofármaco.**  
Medicamento que actúa en el cerebro.



Hablamos contigo para entender cómo te sientes con la medicación y ajustarla a tus necesidades, **comunica y consulta** todas las **dudas** que tengas **con tu médica o médico**.

# 3. OBJETIVOS TERAPÉUTICOS

**2. Psicoterapia:** El objetivo es ayudarte a manejar tus problemas de manera saludable.

## **Recursos para Enfrentar Problemas:**

Te enseñamos formas de enfrentar tus problemas.

## **Individual o en Grupo:**

Puedes tener terapia solo o con un grupo.

## **Aprender en Grupo:**

En terapia grupal, compartes experiencias y aprendes de los demás.

### **Terapéutico.**

Es el conjunto de conocimientos y de prácticas que se hacen para tratar las enfermedades.



# 3. OBJETIVOS TERAPÉUTICOS

## 2. Adquisición de rutinas y actividades:

Aprender buenos hábitos es clave para tu recuperación.

### Crear Equilibrio:

Te ayudamos a aprender rutinas para un día a día equilibrado.

### Hábitos de Higiene y Descanso:

También te enseñamos buenos hábitos de higiene y cómo descansar bien.

### Actividades Voluntarias:

Ofrecemos actividades como grupos educativos y terapia ocupacional. Estas son actividades y ejercicios que te ayudan a mejorar."

#### Rutina.

Hacer algo de forma automática, sin pensar.

#### Hábito.

Actividad que una persona hace de la misma manera siempre o en el mismo momento.



# 4. HORARIOS

Te levantas a las \_\_\_\_\_ de la mañana.

**Después del desayuno**, comienzan las **actividades**.

Cada persona tiene actividades diferentes.

Las visitas a tu médica o médico y las actividades terapéuticas son por la mañana.

Comemos en el comedor en estos horarios:

- ♦ Desayuno.
- ♦ Comida.
- ♦ Merienda.
- ♦ Cena.



# 5. FUNCIONAMIENTO

## En el Área de Salud Mental, cuidamos de ti.

Durante tu estancia, nuestro equipo se encarga de tus necesidades y te enseña sobre salud.

Participarás en tu tratamiento y en la comunidad.

Te daremos el alta cuando sea el momento adecuado.

Luego, puedes seguir tu tratamiento en otro centro.

## Te **explicaremos las normas del lugar.**

Estas normas ayudan a que los tratamientos funcionen bien y a convivir juntos de manera agradable.

Si tienes dudas o sugerencias sobre las normas, nos gustaría que nos lo digas.



## 6. EL PAPEL DE LA FAMILIA

La **familia y las personas cercanas** son **muy importantes en el tratamiento.**

Su **participación ayuda mucho.**

Queremos trabajar juntos con confianza.

Les informaremos sobre las profesionales y los profesionales que cuidan de su familiar.

Es importante que trabajen bien con nosotros.

Si tienen dudas o necesitan consejos, pueden preguntarnos.

Juntos podemos manejar situaciones difíciles.



# 6. EL PAPEL DE LA FAMILIA

## **Visitas y Actividades:**

Venir a las visitas y actividades ayuda a que tu familiar mejore y vuelva a su vida normal.

## **Respeto en las Visitas:**

Durante las visitas, respeta las instalaciones y a todas las personas del centro pacientes, familiares y personal.

## **Hablar y Solucionar Problemas:**

Si no estás de acuerdo con algo, podemos hablarlo y solucionarlo juntos.

## **Cuidarse a Uno Mismo:**

Es importante que tú también te cuides.



# 7. AUTORIZACIONES DE SALIDA

Cuando la **persona mejora** puede **salir del hospital en algunos momentos**.

La **decisión** para estas salidas la toman **juntos el profesional y la persona** atendida.

**Estar en su entorno** y con las **personas cercanas** puede **beneficiar la recuperación** de la persona atendida.



## 8. CONTACTO

Estamos aquí para ayudarte. Si tienes dudas, puedes preguntarnos:

**Por Teléfono:** Llámanos al \_\_\_\_\_. Nuestro horario es: \_\_\_\_\_.

**Por Email:** Envíanos un correo a \_\_\_\_\_. Te responderemos rápido.

**Los horarios para visitas son:** \_\_\_\_\_.

Puedes venir a informarte en persona en estos horarios:

\_\_\_\_\_.

Bienvenido al **Área de Salud Mental** de \_\_\_\_\_.

Queremos trabajar juntos para darte la mejor atención.  
Gracias por confiar en nosotros.



Guía de Acogida  
**a pacientes y familiares**

del Servicio de Salud  
Mental de Castilla-La  
Mancha



**Castilla-La Mancha**

---